



Siviilikriisinhallinta
**Tietoa perheelle
ja läheisille**

CMCFinland

Kriisinhallintakeskus
Crisis Management Centre Finland

© CMC Finland

Kuopio, 2017

Teksti: Maritta Itäpuisto

Taitto: Elina Ollila

Kannen suunnittelu: Mainostoimisto SST

Sisällys

<i>Lukijalle</i>	2
<i>Kriisinhallinnan tausta, tavoitteet ja toimijat</i>	3
<i>Suomalaiset siviilikriisinhallintatehtävissä</i>	4
<i>Lähtöön valmistautuminen perheen yhteisenä asiana</i>	7
<i>Operaatioaika ja arki kotimaassa</i>	10
<i>Perheen mukaan lähtö vaihtoehtona</i>	13
<i>Kotiinpaluu</i>	15
<i>Liite 1: Osoitteita ja linkkejä</i>	
<i>Liite 2: Läheisen kertomus</i>	

Lukijalle

Siviilikriisinhallinnalla pyritään vähentämään konflikteista ja kriiseistä kärsivien maiden epävakautta ja estämään sekasortoisten olojen leviämistä muualle maailmaan. Siviilikriisinhallinnan toiminta perustuu ulkomaisten asiantuntijoiden kriisimaille antamaan neuvontaan ja tukeen, joiden avulla maata voidaan jälleenrakentaa toimivaksi.

Suomesta siviilikriisinhallintatehtäviin lähetetään vuosittain noin sata henkilöä. Kohdemaan haastavissa olosuhteissa työskentelystä tulee useimmiten lähtijälle mieleenpainuva kokemus. Itse lähtijän lisäksi myös perheenjäsenen, sukulaisen ja ystävän arki voi mullistua ja operaatioaika pitkine erossaoloinen koetella ihmissuhteita.

Siviilikriisinhallintatehtävissä vietetty ajanjakso voi olla paitsi haaste, niin myös positiivinen asia läheisille ja perheelle. Useimmiten läheiset ovat ylpeitä tehtäviin lähtijästä ja tuntevat iloa hänen puolestaan. Ulkomailla työskentelevän kertomukset erilaisesta arjestaan voivat avata uudenlaisia maailmoja myös läheisille. Etenkin jos läheiset tekevät vierailuja operaatioalueelle tai asuvat itse siellä jonkin aikaa, pääsevät he omakohtaisesti lähelle vierasta kulttuuria.

Jotta operaatioajasta tulisi kaikille hyvä ja antoisa kokemus, on siihen valmistauduttava huolella suunnitellen. Perusteellinen keskustelu ja selvät sopimukset perheen yhteisten asioiden hoitamisesta ja pelisäännöistä ovat tarpeen. Kaikkien perheenjäsenten näkemysten huomioon ottaminen on tärkeää. Tässä auttaa monipuolinen tieto siviilikriisinhallinnasta ja tehtäviin lähdön vaikutuksista perheen elämään. Siviilikriisinhallinnan tuntemus auttaa perhettä myös paremmin tukemaan siviilikriisinhallintatehtävissä toimivaa asiantuntijaa, mikä on tärkeää hänen jaksamisensa kannalta.

Tämä materiaali on tarkoitettu auttamaan asiantuntijatehtäviin lähtevää ja hänen perhettään ja läheisiään valmistautumaan tulevaan operaatioaikaan. Materiaali tarjoaa tietoa;

- siviilikriisinhallinnasta
- siviilikriisinhallintatehtävissä työskentelevistä suomalaisista
- kotimaahan jäävän perheen kokemuksista ja selviytymisestä
- perheen lähdöstä mukaan ulkomaille
- kotimaahan paluusta.

Julkaisun loppuun on koottu perheille tarkoitettujen tukipalveluiden yhteystietoja. Lisäksi liitteestä löytyy siviilikriisinhallintatehtävissä toimineen asiantuntijan perheenjäsenen kertomus omista kokemuksistaan.

Julkaisu on tuotettu Kriisinhallintakeskuksessa, joka kouluttaa ja lähettää suomalaiset siviilikriisinhallinnan asiantuntijat tehtäviin. Kriisinhallintakeskus haluaa osaltaan varmistaa tehtäviin lähettämiensä työntekijöiden onnistumisen työssään, mitä myös tämä julkaisu osaltaan pyrkii tukemaan. Julkaisun tekoa ovat tukeneet kommentteillaan useat siviilikriisinhallinnan asiantuntijatahot ja siviilikriisinhallintatehtävissä toimineet asiantuntijat.

Kriisinhallinnan tausta, tavoitteet ja toimijat

Mitä on siviilikriisinhallinta

Siviilikriisinhallinta on työtä, jonka tavoitteena on vakauttaa maailman kriisialueita ja tukea niiden kehitystä kohti pysyvää rauhaa. Konfliktteihin ja kriiseihin liittyy paljon sekasortoisuutta mikä edesauttaa järjestäytyneen rikollisuuden, korruption, huumekaupan ja terrorismin kaltaisten ilmiöiden syntyä ja kasvua. Tällaiset ilmiöt leviävät nopeasti nykyajan globaalissa maailmassa, ja pian yhden alueen kriisi koskettaa kaukaisempiakin maita. Puuttamalla ongelmiin niiden alkulähteillä siviilikriisinhallinta pyrkii estämään epävakauden leviämistä omaan maahamme ja lähialueille. Näin vaikutetaan myös Suomen sisäiseen ja Euroopan turvallisuuteen.

Siviilikriisinhallinta on osa Suomen ulko- ja turvallisuuspolitiikan keinovalikoimaa ja tärkeä osa Euroopan unionin yhteistä turvallisuus- ja puolustuspolitiikkaa. Siviilikriisinhallintaan osallistumalla maamme on aktiivisesti mukana EU:n ja muiden kansainvälisten organisaatioiden toiminnassa ja päätöksenteossa.

Siviilikriisinhallinnan operaatioissa autetaan kriisistä toipuvan yhteiskunnan viranomaisia kehittämään alansa toimintaa ja työtapoja. Käytännössä työtä tehdään esim. kouluttamalla ja opastamalla yhteiskunnan järjestyksen kannalta keskeisten toimijoiden kuten poliisin ja oikeuslaitoksen, rajavartioiden sekä maan keskus- ja paikallishallinnon työntekijöitä. Siviilikriisinhallintatehtävät voivat käsittää myös rauhanprosessiin liittyvien sopimusten noudattamisen ja ihmisoikeuksien toteutumisen tarkkailua.

Terminä siviilikriisinhallinta viittaa siihen, että työtä tekevät siviilit. Paremmin tunnettua meillä on sotilaallinen kriisinhallinta, eli rauhanturvatoiminta. Nykyisin näiden yhteensovittamisella ja keskinäisellä yhteistyöllä pyritään kriisinhallinnan suurempaan tehokkuuteen käyttämällä kulloinkin tehokkaimpia keinoja konfliktin hillintään ja olojen vakauttamiseen. Tällöin puhutaan kokonaisvaltaisesta kriisinhallinnasta. Kokonaisvaltaisessa kriisinhallinnassa otetaan huomioon myös muiden kansainvälisten toimijoiden ja paikallisten ihmisten omat ponnistukset samojen päämäärien eteen.

Suomen osallistuminen siviilikriisinhallintaan perustuu lakeihin, joista perustuslaki määrittelee lähtökohtaisesti Suomen velvollisuuden olla mukana kansainvälisessä yhteistyössä rauhan ja ihmisoikeuksien turvaamiseksi ja yhteiskunnan kehittämiseksi (731/1999). Erityisesti siviilikriisinhallinnasta säädetään Laissa siviilihenkilöstön osallistumisesta kriisinhallintaan (1287/2004).

Suomalaiset siviilikriisinhallintatehtävissä

Miten ja miksi tehtäviin hakeudutaan?

Siviilikriisinhallintatehtäviin hakeutuville edellytetään siviilikriisinhallinnan peruskoulutuksen suorittaminen tai vastaava kokemus ja vankka oman alan ammattitaito. Peruskoulutusta järjestää Suomessa Kriisinhallintakeskus (CMC Finland eli Crisis Management Centre Finland), joka on siviilikriisinhallinnan valtakunnallinen osaamiskeskus. Se huolehtii koulutuksen lisäksi myös mm. asiantuntijatehtäviin lähtevien varustamisesta asianmukaisesti sekä toiminnan jatkuvasta kehittämisestä ja yhteistyöstä muiden alan toimijoiden kanssa.

Siviilikriisinhallinnan tehtäviin rekrytointi on prosessi, jonka etenemiseen vaikuttavat useat eri tekijät ja tahot. Operaatioista vastaavat organisaatiot (EU, Etyj, Nato, YK) päättävät kuhunkin operaatioon tarvittavasta henkilöstöstä. Suomen päätös osallistumisesta tai osallistumatta jättämisestä operaatioon tehdään ottaen huomioon poliittiset perusteet ja mm. se, kehittääkö tehtävässä työskentely jotakin omalle maallemme tärkeää osaamista.

Suomalaisten haettaviksi avataan sellaisia tehtäviä, joihin meiltä löytyy todennäköisesti kansainvälisesti verrattuna korkeatasoisia hakijoita. Avoimista tehtävistä ilmoitetaan Kriisinhallintakeskuksen verkkosivuilla ja tiedotepalvelussa, joista löytyvät myös hakuohjeet. Hakuajan umpeuduttua seuraa valintaprosessin ensimmäinen vaihe, jossa ulkoasiain- ja sisäministeriö vahvistavat suomalaisista hakijoista ehdokkaan Kriisinhallintakeskuksen esityksen pohjalta. Toisessa vaiheessa tehdään lopullinen valinta eri maiden esittämien ehdokkaiden välillä. Tämän valinnan tekee se operaatio tai sihteeristö, jonka palveluksessa asiantuntija tulee työskentelemään. Suomalaiset siviilikriisinhallintatehtäviin hakeutijat menestyvät hyvin kansainvälisissä hauissa ammattitaitoisina ja monipuolisina osajina.

Siviilikriisinhallintatehtäviin valittu hakee työ- tai virkavapaata omasta työstään, ja työnantajalla on lakisääteinen velvollisuus vapaan myöntämiseen. Lain mukaan työnantaja ei myöskään voi irtisanoa työntekijää siviilikriisinhallintatehtäviin osallistumisen vuoksi, joten lähtijän taustavirka tai -työpaikka säilyy ulkomaantehtäviin osallistumisen ajan. Kriisinhallintakeskus toimii operaatioajan suomalaisten työnantajan, eli Suomen valtion edustajana. Erityistä tässä virkasuhteessa on se, ettei työntekijä toimi oman työnantajan työnjohdon ja valvonnan alaisena, vaan hänet on lähetetty, eli sekondeerattu operaation palvelukseen. Tämä tarkoittaa, että Suomi luovuttaa palkkaamansa siviilikriisinhallinnan asiantuntijan kansainvälisen organisaation käyttöön, jonka työnjohdon ja valvonnan alaisuudessa työ tehdään.

Tehtävät sihteeristöissä ja kriisialueilla

Siviilikriisinhallintaa toteutetaan operaatioissa. Operaatiot ovat suunniteltuja, määräaikaista, tiettyjen tavoitteiden saavuttamiseen tähtäviä ”projekteja”. Operaatioita perustavat ja niiden toiminnasta vastaavat esimerkiksi Euroopan unioni (EU) tai muut kansainväliset organisaatiot kuten Etyj, YK ja Nato. Eri maat lähettävät työntekijöitä operaatioihin, joissa siis useiden eri kansallisuuksien edustajat työskentelevät yhdessä.

Operaation tavoitteet ja toimintatavat määritellään mandaatilla, eli toimivaltuutuksella. Mandaatti voi olla esimerkiksi tarkkailuun, jolloin maan tai alueen oloihin ei varsinaisesti puututa. Tarkkailuoperaatioissa tuetaan esim. vaalien onnistumista tai rauhansopimuksen noudattamista tarjoamalla ”kansainväliset silmät” joiden katseen alla erilaisia vilppejä ja rikkomuksia on vaikeampi toteuttaa. Useimmiten mandaatit toki sisältävät kohdemaan oloja aktiivisesti kohentamaan pyrkivän toiminnan, kuten koulutuksen, neuvonnan tai paikallisviranomaisten mentoroinnin.

Siviilikriisinhallinnan operaatioiden toiminta koostuu kriisialueilla tapahtuvan kenttätyön lisäksi sitä ohjaavasta suunnittelu- ja taustatyöstä. Kaikki siviilikriisinhallintatehtäviin valitut eivät siis suinkaan lähde kriisialueille, vaan noin joka kymmenes heistä työskentelee esimerkiksi Euroopan suurissa kaupungeissa, kuten Brysselissä ja Wienissä niin kutsutuissa sihteeristötehtävissä. Sihteeristötehtäviin kuuluvat operaatioiden suunnittelu, niiden toiminnan seuranta sekä operaation toiminnan kannalta tärkeiden tietojen kerääminen ja analysointi. Sihteeristöissä vaikutetaan siviilikriisinhallinnan kehittämiseen ja operaatioiden toteutukseen sekä raportoidaan jäsenmaille operaatioiden toiminnasta.

Erilaisia tehtäviä

Siviilikriisinhallinnan kenttätehtävät koostuvat operaation ydin- ja tukitehtävistä. Tukitehtävät ovat samanlaisia kuin missä tahansa organisaatiossa, eli niihin kuuluvat esim. henkilöstö-, talous- ja tietohallinnon hoitaminen. Varsinaiset operaation ydintehtävät voidaan jakaa monitorointi-, neuvonanto- ja koulutustehtäviin sekä paikallisten viranomaisten toimintaa korvaaviin tehtäviin.

Monitorointi- eli tarkkailutehtäviin kuuluvat aselevon, rauhansopimuksen ja ihmisoikeuksien toteutumisen tarkkaileminen ja raportointi havaituista asioista. Lisäksi tarkkailijat pyrkivät edesauttamaan paikallisten ryhmittymien välisen vuorovaikutuksen toteutumista. Täytäntöönpanovaltuus ei kuulu tarkkailutehtäviin. Neuvonantajatehtävissä siviilikriisinhallinnan asiantuntijat tukevat paikallisten viranomaisten työskentelyä ohjeillaan. Esimerkkeinä tästä ovat paremmin toimivan oikeusjärjestelmän rakentamista tukeva neuvonta sekä poliisin ja oikeuslaitoksen yhteistyön parantaminen. Myös korruption torjunta voi olla neuvonnan tavoitteena.

Koulutustehtävissä kehitetään yhteiskunnan järjestyksen ja toiminnan kannalta keskeisten ammattiryhmien ammattitaitoa. Suomalaiset ovat kouluttaneet kriisialueilla esim. paikallispoliisin, vankiloiden ja oikeuslaitosten työntekijöitä. Paikallisten viranomaisten toiminnan korvaaminen siviilikriisinhallinnan asiantuntijatyönä on mahdollista, jos paikallisten toimintakyky on merkittävästi heikentynyt konfliktin seurauksena. Suomalaiset asiantuntijat ovat hoitaneet kohdemaissa esim. tuomarin ja syyttäjän tehtäviä, hallinto- ja poliisi- ja tullitehtäviä. Toimintatapa on kuitenkin suhteellisen harvinainen, koska tavoitteena on aina paikallisten oman aktiivisuuden ja vastuunoton tukeminen.

Suomalaisten siviilikriisinhallinnan asiantuntijoiden motiivit hakeutua tehtäviin liittyvät yleisimmin kansainvälistymiseen ja ammatillisen kehittymisen eri puoliin: Operaatioissa on usein tarjolla tehtäviä, joita vastaavia ei kotimaassa ole olemassa. Halukkuuteen hakeutua siviilikriisinhallintatehtäviin liittyykin usein toive saavuttaa jotakin sellaista, mikä ei ole mahdollista kotimaan työssä. Monet haluavat katkaista pitkän uran samassa työssä ja saada uusia virikkeitä. Erilaisten taitojen, kuten kielitaidon ja ammatillisen osaamisen ajatellaan kehittyvän paremmin erilaisessa ympäristössä. Motiivina voi toki olla myös seikkailunhalu ja halu nähdä maailmaa.

Suomalaisten kohdealueet

Suomi osallistuu noin kahteenkymmeneen eri puolilla maailmaa toimivaan siviilikriisinhallintaoperaatioon. Maantieteellisesti operaatiot joihin Suomi osallistuu jakautuvat Euroopan, Aasian ja Afrikan maiden välille. Eniten Suomen kriisialueille lähettämiä asiantuntijoita on työskennellyt viime vuosina Afganistanissa, Kosovossa, Ukrainassa ja Georgiassa.

Organisaatioista EU on se, jonka operaatioissa suomalaisia työskentelee lukumääräisesti eniten. Viime vuosina suomalaisille merkittävimpiä EU-operaatioita ovat olleet EULEX Kosovo, EUPOL Afganistan ja EUMM Georgia. EULEX Kosovon tarkoituksena on ollut vahvistaa oikeusjärjestelmää, poliisia ja tullipalveluita sekä varmistaa poliittisten ohjailuyritysten pysyminen erillään oikeusjärjestelmästä. Afganistanin operaatioissa suomalaiset poliisit ja muut siviilikriisinhallinnan asiantuntijat ovat osallistuneet maan oikeusjärjestelmän kehittämiseen, poliisien kouluttamiseen ja maan oman poliisikoulutuksen kehittämiseen. Georgian operaatio on puolestaan tarkkailuoperaatio, joka pyrkii varmistamaan, ettei alueella palata vihollisuuksiin. Lisäksi Georgian-operaation tavoitteena on taata paikallisille ihmisille mahdollisimman turvallinen ja normaali elämä sekä rakentaa luottamusta konfliktin osapuolten välille. EU:n operaatioiden ohella suomalaisia työskentelee nykyisin aiempaa enemmän Etyj:n toimeenpanemissa operaatioissa.

Kriisien ja turvallisuustilanteen muutokset vaikuttavat operaatioihin ja niihin osallistuvien työntekijöiden määrään sekä siihen, millaista ammattiosaamista siviilikriisinhallinnassa tarvitaan. Tulevaisuudessa operaatiot voivat olla hyvin erilaisia kuin mitä ne nyt ovat ja niiden kohdealueet voivat myös poiketa nykyisestä merkittävästi. Tulevaisuudessa suomalaisia rekrytoitaneen aiempaa enemmän Afrikan mantereelle, mutta luonnollisesti kriisien kehittymistä ja sitä kautta siviilikriisinhallinnan tarvetta on mahdotonta ennustaa tarkasti.

Lähtöön valmistautuminen perheen yhteisenä asiana

Konkreettiset lähtövalmistelut

Siviilikriisinhallintatehtävään valitulla on hoidettavanaan monia lähtövalmisteluja, jotka liittyvät niin tulevaan tehtävään kuin kotoa poissaoloon. Useimmille kohdealueille vaaditaan tavanomaista kattavammat rokotukset ja terveydentila tarkastetaan huolellisesti. Tehtäviin lähtijän tulee osallistua Kriisinhallintakeskuksen järjestämään perehdytyskoulutukseen, jossa käsitellään kohdealuetta ja työntekijän asemaa. Oman työn järjestäminen virka- tai työvapaan ajaksi ja vapaan hakeminen kuuluvat myös ennen lähtöä hoidettaviin asioihin. Näiden ja lukuisten muiden järjestelyjen lisäksi tarvitaan kotiasioiden suunnittelua ja sopimista perheen ja mahdollisesti muiden läheisten kanssa.

Yleensä perheen arjen sujuminen perustuu ajan myötä muodostuneisiin käytäntöihin, joihin on totuttu ja joita ei välttämättä kyseenalaisteta. Usein esim. mies hoitaa auton huollot ja kodin kunnostustyöt, kun taas naisen vastuulle monissa perheissä tulee lasten asioiden hoitaminen ja huolehtiminen kotitöiden sujumisesta. Kun toinen perheen aikuisista lähtee pitkäksi ajaksi pois, kasautuu vastuu yhdelle. Tästä syystä erilaiset tehtävät ja vastuut on syytä käydä läpi mahdollisimman tarkkaan ja sopia kaikesta selvin sopimuksin. Läpi käytäviä asioita ovat mm.:

- raha-asioiden hoito: laskut, luottokortit, velat, säästöt, hankintojen rahoittaminen, vakuutukset; mahdolliset asioiden hoitamiseen tarvittavat valtakirjat
- perheen saamat sosiaali- ja ulkomaantyöskentelyn vaikutukset niihin
- lasten asioinnit ja asioiden hoito esim. koulussa ja terveystieteissä
- kodinhoito ja kunnostustyöt
- mahdollisen muun omaisuuden, kuten auton ja kesämökin hoito ja huolto.

Asioiden läpikäyminen yhdessä ja niiden hoitamiseen valmistautuminen voivat helpottaa kotiin jäävien perheenjäsenten elämää ja vähentää myös ulkomaantehtävissä olevan huolia. Voidaan myös miettiä, mitkä tehtävät ovat sellaisia, että ne voivat odottaa ulkomailla työskentelevän loma-aikoja. Kannattaa varautua mahdollisuuksien mukaan yllättäviin tilanteisiin ja miettiä, mistä ja keneltä kotona oleva saa apua esim. sairastuessaan tai kun vaikkapa jääkaappi tai auto hajoaa. Siviilikriisinhallintatehtäviin lähtijän asioiden hoidosta kannattaa sopia niin, että puoliso tai muu sukulainen saa valtuudet hoitaa juoksevat asiat ja avata postin, jotta esim. avaamattoman postin joukossa odottava lasku ei jää maksamatta ja päädy perintään.

Konkreettisten asioiden hoitamiseen liittyen ja sen lisäksi tarvitaan myös henkistä valmistautumista edessä olevaan aikaan. Todennäköisesti läheinen alkaa käydä läpi omaa sopeutumisprosessiaan jo silloin, kun hän kuulee lähtöaikeista tai saa tietää siviilikriisin-hallinnan koulutukseen osallistumisesta. Lähtövalmistelujen kiihtyessä henkinen sopeutusprosessi syvenee, kun lähtö alkaa yhä selvemmin konkretisoitua.

Puolison valmistautuminen

Puoliso ja lapset ovat luonnollisesti ne, joihin pitkä poissaolo vaikuttaa eniten. Puolison näkökulmasta keskeisimmät kysymykset liittyvät paitsi vastuuseen perheen asioista ja lapsista, niin myös parisuhteen hoitamiseen.

Lapsiperheessä kotiin jäävälle vanhemmalle puolison pitkä poissaolo tarkoittaa eräänlaista yksinhuoltajuuden tilaa, jossa kasvatustavastuu kasautuu yhdelle. On tärkeää miettiä, miten perheen ja lasten asioista voidaan keskustella ja päättää sujuvasti välimatkasta huolimatta. Erityisenä vanhemman pitkään poissaoloon liittyvänä kysymyksenä eteen tulee usein lasten ikävän ja muiden vaikeiden tunteiden käsittely.

Parisuhteessa keskeistä on puolisoitten välinen kiintymyssuhde, jonka hoitaminen on tarpeen aivan samalla tavoin kuin käytännöllisten asioidenkin hoito. Kiintymyssuhde tarkoittaa, että luotamme puolisoon turvana ja tukikohtana. Kiintymys kasvaa suhteen kypsyessä ja se näkyy arjessa esim. siinä, miten erilaisten vastoinkäymisten kohdatessa olemme yhteydessä juuri puolisoon ja pyydämme tämän apua ja neuvoja. Kun toinen puolisoista on vaikeasti tavoitettavissa, jää tämä parisuhteeseen liittyvä turva kokematta. Parisuhteen ylläpito ja hoitaminen muuttavat väistämättä muotoaan pitkien poissaolojen aikana myös sen tähden, että läheisyys ei voi olla fyysistä. Edelleen, luottamuksen säilyttäminen ja mahdollisen mustasukkaisuuden rakentava käsittely ovat joskus tärkeitä kysymyksiä pitkien poissaolojen aikana.

Parisuhteen hoitamisen näkökulmasta on tärkeitä:

- Erossaolosta keskusteleminen; onko puolisoilla ja perheellä aiempaa kokemusta siitä? Millaisia tunteita erossaolo ja sen ajattelemisen aiheuttavat?
- Yhteydenpidon suunnittelemisen; millaisia keinoja siihen on (puhelut, sähköposti, Skype) ja miten se järjestetään, esim. tietty sovittu aika päivittäin.
- Ongelmien ratkaisemiseen varautuminen ja niiden ennaltaehkäisy; sovitut säännölliset keskusteluajat asioiden käsittelemiseen.

Lapset ja ikääntyvät vanhemmat

Lapset ovat riippuvaisia aikuisten tekemistä päätöksistä ja he pystyvät asemansa vuoksi kaikkein vähiten vaikuttamaan omaan elämäänsä. Vanhemman lähtö ulkomaantehtäviin on lapsen elämässä kenties ensimmäinen suuri mullistus, johon hänen on sopeuduttava. Nämä seikat asettavat vanhemmat vaatimaan rooliin, jonka mukaisesti heidän tulee huolehtia lasten näkökulman huomioon ottamisesta ja lasten edun ensisijaisuudesta.

Aikuiset eivät välttämättä tiedosta, miten tarkkoja havaintoja lapset tekevät ja miten hyvin he ymmärtävät ”aikuisten maailmaan” kuuluvia asioita. Lasten kokemuksia ja tunteita tulee tietoisesti kuunnella herkällä korvalla ja muistaa keskustella heidän kanssaan asioista riittävästi. Asioiden salaaminen lapsen suojelemiseksi voi johtaa siihen, että lapsi tekee omien tulkintojensa

pohjalta johtopäätöksiä, jotka ahdistavat enemmän kuin totuuden kuuleminen. Ammatillaiset antavat neuvoksi, että lapsen kanssa tulee viestiä hänen ikätasonsa mukaisesti. Tämä tarkoittaa, että asioista puhuttaessa tulee käyttää selviä ja konkreettisia termejä ja antaa lapselle mahdollisuus kysyä asioita, jotka aikuisesta saattavat tuntua itsestään selviltä.

Siviilikriisinhallintatehtäviin lähtö voi koskettaa myös muita läheisiä kuin puolisoa ja lapsia. Etenkin aikuistuneen lapsen vanhemmat kokevat usein tehtäviin lähdön vaikuttavan merkittävästi omaan elämäänsä. Vanhemmat ovat iloisia asiantuntijatehtäviin lähtevän lapsensa kokemusten ja urakehityksen vuoksi ja ylpeitä hänen saavutuksistaan. Samalla he kuitenkin kokevat ikävää ja huolta tämän turvallisuudesta. Myös huoli tapaamisista ja yhteydenpitomahdollisuuksista voi olla ikääntyneillä vanhemmilla suuri. Etenkin silloin, kun vanhemman toimintakyky on heikentynyt ja hän on luottanut aikuisen lapsen apuun asioiden hoidossa voi huoli ja turvattomuuden tunne olla hyvin aiheellinen.

Jotta ikääntyneen vanhemman, sen paremmin kuin siviilikriisinhallintatehtäviin lähtevänkään ei tarvitse tuntea ylimääräistä huolta vanhemman voinnista, on hyvä tehdä ajoissa konkreettinen suunnitelma avun ja mahdollisen hoidon järjestämisestä. Toinen tärkeä kysymys liittyy yhteydenpitoon etenkin silloin, kun vanhempi ei ole tottunut uusimman teknologian käyttöön. Tilaisuus sen opetteluun ja ajanmukaisten välineiden hankinta voi olla tässä tilanteessa harkinnan arvoinen ratkaisu. Myös perinteiset valokuvat ovat monelle ikääntyneelle tärkeitä muistelun apuvälineitä ja lohdun tuojia.

Operaatioaika ja arki kotimaassa

Operaatiossa työskentelevän kokemuksen ymmärtäminen

Perheen voi olla vaikea kuvitella millaista elämä operaatiopaikassa on ja tiedon saanti siitä, mitä operaatiossa tehdään, on rajallista monestakin syystä. Operaation työntekijöitä sitoo salassapitosopimus, jonka mukaisesti operaation asioista ulkopuolisille kertominen on rajoitettua. Asemamaan kulttuuri on todennäköisesti perheelle vieras ja mahdollisesti pelottava. Monesti kriisialueiden maista esitetään mediassa ainoastaan onnettomuudet ja katastrofit ja uutisia seuraamalla saa helposti liioitellun kuvan alueen rauhattomuudesta. Tällaiset seikat ovat omiaan lisäämään läheisten kokemia pelkoja, huolta ja ikävää.

Huoli kriisialueella olevan turvallisuudesta voi kotona kasvaa niin suureksi, että se häiritsee läheisen omaa elämää. Läheistä saattaa kuitenkin helpottaa tieto, että kriisinhallintaoperaatioiden ja alueiden turvallisuustilannetta seurataan kaiken aikaa tarkasti. Lähtökohta kaikessa toiminnassa on, ettei suomalaisia aseteta tarpeettomaan vaaraan. Lisäksi Kriisinhallintakeskuksella on kirjatut käytännöt siitä, miten läheisiä informoidaan, jos operaatioalueella olevalle sattuu jotakin.

Myös läheinen voi vaikuttaa siviilikriisinhallintatehtävissä toimivan turvallisuuteen ainakin toimimalla harkiten sosiaalisessa mediassa. Operaatioon osallistuvien ihmisten valokuvien tai heitä koskevien tietojen jakaminen ei ole suositeltavaa. Niin ikään harkinta on paikallaan silloin, jos halutaan kommentoida kohdemaan oloja tai asioita, sillä paikalliset viranomaiset saattavat seurata ulkomaalaisten kirjoittelua.

Perheen on hyvä tiedostaa, että vieraaseen kulttuuriin muuttava käy läpi akkulturaatio- eli uuteen kulttuuriin sopeutumisen prosessin, johon kuuluu erilaisten, usein voimakkaiden, tunteiden mukanaolo. Akkulturaatioprosessin vaiheet jaetaan alun tutustumisvaiheeseen, vakiintumisen vaiheeseen, paluuseen valmistautumiseen ja paluun jälkeiseen aikaan.

Tutustumisvaihetta leimaa yleensä innostus ja viehtymys uuteen työhön ja kulttuuriin. Kaikki tuntuu kiinnostavalta, ja asioista nähdään lähinnä vain hyvät ja valoisat puolet, kuten kohdemaan miellyttävä ilmasto, rikas kulttuuri ja mukavat ihmiset. Negatiivisiin puoliin ei sen sijaan vielä ole tutustuttu tai niitä ei huomata. Muutaman kuukauden kuluttua asiat alkavat kuitenkin olla tuttuja ja uutuudenviehätys on kadonnut. Myös työ on tullut tutuksi, ja alkuvaiheen huuma on muuttunut arjeksi. Vakiintumisen vaihe on alkanut. Muutama viikko ennen kotiin paluuta alkaa paluuseen valmistautuminen. Omat työt pitää saattaa hallitusti loppuun tai siirtää muille työntekijöille. Myös Kriisinhallintakeskus ottaa sopimuksen päättymisen lähestyessä yhteyttä ja antaa ohjeita kotiinpaluuseen valmistautumiseen. Paluun jälkeinen aika on prosessin viimeinen vaihe. Sitä käsitellään julkaisun lopussa omana lukunaan.

Lomat

Operaation aikana perheen yhteiset lomat ovat luonnollisesti odotettuja ja tärkeitä tapahtumia. Lomiin voi liittyä myös omanlaisiaan haasteita, ja perheellä ja puolisoilla voi olla ristiriitaisia odotuksia yhteisen ajan käytöstä tai sen riittävydestä. Loma-ajan jakaminen puolison, perheen, sukulaisten ja ystävien kanssa voi tuntua hankalalta, ja joku voi kokea, ettei hän saa riittävästi huomiota.

Lomille tulon ja lomien loppumisen yhteydessä on tavallista, että pienemmät lapset osoittavat eroahdistuksen tunnetta ja suruaan itkemällä, takertumalla vanhempaan tai raivoamalla. Lapsen voimakkaat reaktiot suoraan vanhemmalle kertovat siitä, että lapsi kokee tunteiden osoittamisen turvalliseksi ja että hän luottaa vanhempaan tunteiden säätelijänä. Vanhemman tehtävä onkin tässä tilanteessa kestää lapsen tunteet itse häntäänymättä ja osoittaa hyväksyvänsä ne. Käytännössä tämä tapahtuu käyttäytymällä itse rauhallisesti, rauhoittamalla lasta ja auttamalla häntä tunteiden sanoittamisessa.

Lomalle tulija saattaa ajatella, että hänen kotiintulonsa täyttää myös perheenjäsenten ajatukset ja ajan aivan kuten hän itse nyt voi antautua täysin perheen kanssa olemiseen. Perheenjäsenten arki kuitenkin jatkuu, ja puolisoilla ja lapsilla saattaa olla omia harrastuksia ja menoja, kavereiden tapaamista tai työasioita. Kotona oleva puoliso ehkä myös odottaa lomalle tulevan ottavan vuorostaan enemmän vastuuta lapsista ja kodinhoidosta. Lomalle tulijan ja lasten yhdessäolon ei myöskään pitäisi olla pelkkää juhlintaa ja hemmottelua, jotta ei synny epäsymmetristä tilannetta, jossa lomalla kävijä huolehtii hauskuudesta, kun taas arjen pyörittäminen ja kasvatusvastuu jää yksin lähivanheman harteille.

Erossaolo voi tuoda eteen uudenlaisia ristiriitoja ja haasteen niiden käsittelemiseen perheen tai puolisoitten kesken. Ongelmia voi syntyä esim. siitä, että perhe saa Facebook-päivitysten ja valokuvien perusteella käsityksen, että operaatioissa olija vain juhlii ja huvittelee. Kun väärinkäsitysten käsittely viivästyy esim. aikaeron tai heikkojen yhteyksien vuoksi, voi perheen yhteiseen loma-aikaan kasautua tässäkin mielessä suuria paineita. Toisaalta loma voi tuntua liian lyhyeltä asioiden selvittämiseen tai lomaa ei haluta pilata negatiivisten asioiden esiin nostamisella, minkä seurauksena jännitteet vain kasvavat.

Kotona selviytyminen

Perheen selviytymisen haasteet voidaan nähdä konkreettisina ja henkisinä tehtävinä, joihin voi valmistautua monin tavoin. Huolimatta valmistautumisesta eteen tulee todennäköisesti tilanteita, joita ei ole voitu ennakkoon ottaa huomioon. Tällaisten tilanteiden varalle on hyvä miettiä etukäteen niitä luotettavia lähipiirin ihmisiä, joilta voi pyytää apua. Sosiaalinen tuki on tärkeä resurssi perheen jaksamiselle ja tukea ja apua pitää opetella pyytämään luottaen niin omiin läheisiin kuin myös vertaistukeen.

Lasten vointiin on tärkeä kiinnittää huomiota. Pienten lasten reagointi muutostilanteissa on usein voimakasta ja suoraviivaista. Lapsen tunnemyrsky saattaa näkyä myös jossakin muualla, kuten esim. käytösongelmina koulussa. Nykyisin kouluissa toivotaan tietoa perheen olosuhteista tapahtuneista merkittävästä muutoksista tai perheen ongelmista, jotta lasta voidaan tarvittaessa tukea. Opettajalle on siis hyvä kertoa vanhemman poissaolosta, jotta tämä osaa yhdistää lapsen mahdollisen oireilun koulussa tähän asiaan. Koulun lisäksi apua lasten kokemiin ongelmiin tai vanhemman jaksamiseen saa lapsiperheille suunnatuista kunnallisista palveluista ja järjestöiltä.

Etenkin isommille lapsille tulee helposti lisää vastuita perheessä silloin, kun toinen vanhempi ei ole paikalla. Tällainen vastuun kantaminen ei sinänsä ole lapsille haitallista, vaan se on osa normaalia kasvua ja kehittymistä. Jos kuitenkin käy niin, ettei lapsi pysty enää uusien vastuiden vuoksi elämään normaalia lapsen tai nuoren arkea ja huolehtimaan esim. omista koulutehtävistään, vaatii tilanne muutosta. Normaaliin vastuun kasvamiseen ei myöskään kuulu se, että perheen roolit kääntyvät ylösalaisin ja lapsi tai nuori joutuu perheen huoltajaksi tai vanhemman lohduttajaksi. Näin voi käydä esim. vanhemman masentuessa. Tällaiseen tilanteeseen on syytä etsiä nopeasti ulkopuolista apua. Esim. Mannerheimin lastensuojeluliiton Vanhempainnetistä saa tietoa miten tukea lasta vanhemmas-ta erossa olemisen aikana ja miten toimia erilaisissa ongelmatilanteissa.

Uudet elämäntilanteet osoittavat usein totuttujen toimintatapojemme heikkoudet ja asettavat haasteen opetella uudenlaisia selviytymiskeinoja. On tärkeä tiedostaa positiivisten ja negatiivisten selviytymiskeinojen ero: esimerkiksi turvautuminen päihteisiin ja vetäytyminen sosiaalisesta kanssakäymisestä ovat negatiivisia selviytymiskeinoja. Positiivisia keinoja ovat sellaiset, jotka johtavat aktiivisuuteen ja tuen saamiseen ympäristöstä.

Positiivisia selviytymiskeinoja voi tietoisesti opetella. Esim. huolten ja omien ajatusten tietoiseen hallitsemiseen on erilaisia keinoja. Kaikkiaan perheen jaksamiseen ja hyvinvointiin kotona pitää suhtautua vakavasti ja tunnustaa se, että operaatioaika voi olla raskas myös kotiympäristössä. Perheenjäsenillä on oikeus väsymykseen, huoliin ja niiden kasvaessa myös tukeen.

Arjessa jaksaminen

- Tunnusta, että olet väsynyt ja että sinulla on oikeus siihen.
- Pyydä apua läheisiltä ihmisiltä arjen asioiden hoitamisessa.
- Hae tukea samankaltaisessa tilanteessa olevilta, vertaisryhmistä tai internetin kautta.
- Kerro operaatiotehtävissä olevalle tunteistasi ja ajatuksistasi rehellisesti mutta syyllistämättä.
- Huolehdi itsestäsi liikunnalla, terveellisillä elämäntavoilla ja riittävällä virkistäytymisellä.
- Hae ajoissa ammattiapua esim. mielenterveystoimistosta tai seurakunnalta.
- Jos jaksamisesi loppuu, hae apua esim. oman alueesi kriisikeskuksesta tai valtakunnallisesta kriisipuhelimesta.

Perheen mukaan lähtö vaihtoehtona

Voiko perhe lähteä mukaan?

Mietittäessä mahdollista perheen mukaan lähtöä operaatioalueelle on ensimmäinen huomioon otettava asia turvallisuus. Kriisinhallintaoperaatioita järjestävillä organisaatioilla on alueista omat turvallisuusselvitykset ja niiden mukaiset linjaukset, joihin on syytä tutustua. EU-operaatiossa ympäristölle määritellään riskitaso, joka voi olla korkea, keskitason tai matala (high, medium, low). Perheen mukaan ottaminen on kokonaan kielletty operaatioihin, jotka toimivat korkean turvallisuusriskin alueilla. Oman harkinnan mukaan perhe voi lähteä mukaan keski- tai matalan riskitason alueella toimivaan operaatioon tai sihteeristötehtäviin, joissa työskennellään yleensä matalan turvallisuusriskin olosuhteissa.

Siviilikriisinhallintatehtävissä perheen mukaan ottaminen on henkilökohtainen valinta, eikä lähettävä organisaatio tue sitä. Kriisinhallintakeskus ei vastaa perhettä koskevista järjestelyistä tai kuluista tai ota operaatioaikana perheestä vastuuta. Se, ettei perheen mukaan ottamista suositella tai tueta, tarkoittaa käytännössä seuraavia asioita:

- Perheen mukaan ottaminen ei korota päivärahoja tai olosuhdekorvausta.
- Perheenjäsenten matkat ja asuminen, lasten koulut ja muut arjen järjestelyt ovat omalla vastuulla ja kulut on maksettava itse.
- Vastuu perheen turvallisuuskysymyksissä on itsellä.

Perheen mukaan lähtöä suunniteltaessa kannattaa perheenjäsenten elämäntilanne ottaa huomioon kokonaisuutena. On tärkeää, että on olemassa suunnitelma siitä, mitä kukin perheenjäsen tekee kohdemaassa. Tärkeä pohtimisen aihe on, mikä on perheen lähtöhalujen taustalla: pelkästään toive siviilikriisinhallintatehtäviin lähtevän lähellä olemisesta voi johtaa pettymykseen, sillä pitkien työpäivien vuoksi yhteistä aikaa on todennäköisesti vähemmän kuin kotimaassa.

Perheen kanssa operaatioon lähdetessä on yleensä käytäntönä että asunto hankitaan itse paikallisilta asuntomarkkinoilta. On hyvä selvittää etukäteen paikallinen asuntojen varustelu ja myös miettiä omaa asumisen tavoitetasoa. Perheen sopeutuminen voi olla vaikeaa esim. asuntojen vaatimattoman varustelutason ja suomalaisen verrattuna huolettoman rakennustavan vuoksi. Usein suomalaiset yllättyvät siitä miten kylmiä asunnot voivat olla monissa ”lämpimissä” maissa.

Perheen sopeutumiseen kohdemaassa tulevat vaikuttamaan useat asiat, joista osaa on vaikea ennakoida. Puolison sopeutumiseen voi vaikuttaa esim. taloudellinen riippuvuus, johon Suomessa työssäkäyvä puoliso ei ole tottunut. Oman ammatillisen osaamisen ja identiteetin ylläpito voi olla hankalaa, vaikka toki nykyään esim. monien opintojen suorittaminen etäopintoina on mahdollista. Sopeutumisessa tärkeää on mahdollisuus luoda sosiaalisia kontakteja niiden tilalle, jotka jäävät kotimaahan. Jos perheessä on pieniä lapsia, tulee puolison rooli todennäköisimmin liittymään lasten hoitamiseen. Lasten kannalta on tärkeä selvittää mahdollisesti tarvittavien lastenhoitopalveluiden ja kansainvälisten koulujen olemassaolo ja taso.

Perheen valmistautuminen

Työssäkäyvän puolison työ- tai virkavapaan, tai muun vapaan kuten vuorottelu- tai vanhempainvapaan haku on hyvä aloittaa ajoissa. Valtiovarainministeriön suositus VM775/2016 (18.5.2016) palkattoman virkavapauden tai vastaavan vapauden myöntämisestä valtion pysyvässä palvelussuhteessa olevalle koskee myös puolisoa silloin, kun kyseessä on siviilikriisinhallintatehtäviin lähtö.

Suomen sosiaaliturvajärjestelmä perustuu maassa asumiseen. Tulee siis huomata, että vuoden ulkomailla asumisen jälkeen Suomen sosiaaliturva ei enää ole voimassa. Maasta- ja maahanmuuton yhteydessä Kela tekee päätöksen kuuluuko henkilö Suomen sosiaaliturvan piiriin.

Ulkomailla matkustavien tai muuttavien tulee tehdä matkustusilmoitus. Matkustusilmoitus on ulkoasiainministeriön palvelu, jonka kautta ministeriö tavoittaa ilmoituksen tehneet hätätapauksessa tai kriisitilanteessa. Kannattaa myös olla yhteydessä kohdemaassa mahdollisesti olevaan Suomen suurlähetystöön, koska monet lähetystöt pitävät kirjaa maassa olevista suomalaisista. Lähetystöillä on myös hyödyllistä tietoa hätätilanteiden varalle ja esim. siitä, miten mahdollinen evakuointi tehdään.

Edellä mainittujen järjestelyjen ja suunnitelmien lisäksi on tärkeä huomioida kriisialueeseen liittyvät erityiset kysymykset. Etenkin kriisialueille alueelle – on sitten kyseessä yhteiskunnallisesti epävakaa maa tai luonnonkatastrofeista kärsivä alue – mentäessä on tarpeen tehdä perheen oma turvasuunnitelma. Hätätapauksia varten suunnitellaan mm. evakuointi asunnosta ja se, miten kokoontuminen järjestetään, jos matkapuhelimet eivät toimi. Suunnitelma täydennetään yksityiskohtaiseksi paikan päällä olosuhteita vastaamaan.

Ulkomailla asuttaessa ongelmatilanteet eivät liity välttämättä vaarallisiin alueisiin tai luonnonkatastrofeihin, vaan ne voivat olla samantyyppisiä kuin mitä kotimaassa ilmenee, kuten sairastumisia tai henkilökohtaisia ongelmia. Ulkosuomalaisen selviytymisopas (ks. liite 1) on kattava tietopaketti erilaisista ongelmatilanteista, niihin varautumisesta ja niistä selviytymisestä ulkomailla asuttaessa.

Jo lähtöä mietittäessä olisi hyvä pohtia myös kotiin paluuta. Jos lähtiessä irtisanoutuu työpaikasta tai sellaista ei ole, voi työpaikan löytäminen kotiin palattua olla hyvin vaikeaa. Sosiaaliset verkostot muuttuvat ja ohentuvat, mikä voi olla järkytys kotiin palatessa. Ulkomailla oleskellun ajan jälkeen kotimaahan palatessa voi tuntua, että elämä on aloitettava täysin uudelleen.

Kotiinpaluu

Palaajan sopeutuminen

Ulkomaantehtävistä palaavan sopeutuminen takaisin kotimaan rytmiin ja kodin arkeen vie yleensä muutamia viikkoja. Paluun aiheuttamista tuntemuksista puhutaan käänteisen kulttuurishokin termillä. Siihen voi liittyä yllättäviä ja negatiivisia tuntemuksia kuten ärtymystä ja kotimaan olojen kyseenalaistamista. Pitkän ulkomailla olon jälkeen ihmisen tarvitsee yleensä ymmärrystä tuntemustensa syistä ja aikaa sopeutua takaisin kotimaahan ja sen arkeen.

Sopeutuminen tapahtuu yleensä luonnostaan ajan myötä, mutta on toki mahdollista, että operaatioaikana on tapahtunut jotakin erityistä, joka vaatii käsittelyä. Myös siviilitehtävissä toimiva voi joutua kriisialueella todistamaan järkyttäviä tapahtumia, joihin ei ole voinut riittävästi valmistautua. Järkyttävän tai uhkaavan tapahtuman kokeminen tai sen läheltä näkeminen voi johtaa ihmisen kriisiprosessiin, jonka eri vaiheiden läpikäynti voi viedä useita kuukausia.

Joskus ulkomaantehtävät voivat muiden merkittävien elämänmuutosten tapaan laukaista mielenterveyden ongelmia tai päihde- tai rahapeliongelmiä. Omien tukiverkkojen puuttuminen, vieras ympäristö, yksinäisyyden tunne, stressi ja mahdollisesti ahdistavat tilanteet voivat johtaa esim. masennukseen ja yrityksiin hoitaa sitä alkoholilla.

Ulkomaanoleskelun aikana syntyneiden ongelmien huomaaminen ja tunnistaminen voi olla läheisille vaikeaa. Esim. päihdeongelman luonteeseen kuuluvat äärimmäinen salailu ja ongelman vähättely, mitkä ovat omiaan estämään läheisten tietoisuutta ongelman olemassaolosta. Erilaisissa ongelmatilanteissa perheen ja läheisten on ylipäänsä vaikea yhdistää muuttunutta käytöstä taustalla olevaan ongelmaan mm. tilanteen yllättävyyden, tiedonpuutteen ja mahdollisen salailun vuoksi.

Jos läheiset kokevat jonkin olevan vialla, kannattaa heidän luottaa omiin havaintoihinsa ja tuntemuksiinsa. Epäiltäessä mielenterveyden tai päihteidenkäytön ongelmia on hyvä ottaa ajoissa yhteyttä oman kunnan päihde- ja mielenterveystoimistoon. Alan asiantuntijat antavat tarkempaa opastusta ongelman tunnistamiseen ja tietoa siitä, miten läheistä voi tukea hoitoon hakeutumisessa.

Jokainen siviilikriisinhallintatehtävistä palaava käy terveystarkastuksessa, jonka yhteydessä tarjotaan mahdollisuutta psykologin vastaanottoon. Tämä tilaisuus kannattaa käyttää vaikka erityisiä ongelmia ei tuolla hetkellä tuntuisi olevan. Myös perheenjäsenet voivat kannustaa tehtävistä palaavaa hyödyntämään mahdollisuuden psykologin vastaanotolle menoon.

Kaiken kaikkiaan useimmat siviilikriisinhallintatehtävissä toimineet kokevat muutuneensa kokemuksen myötä merkittävästi. Todennäköisesti myös perhe ja läheiset näkevät tapahtuneen muutoksen. Vaikka paluun jälkeen voi aluksi tuntua vaikealta, on yleensä lopulta tuloksena paljon positiivisia kokemuksia ja tärkeää uutta osaamista, itsevarmuutta ja kielitaitoa.

Kotijoukkojen sopeutuminen

Operaation jälkeinen paluu ulkomaantehtävistä on odotettu tapahtuma, johon liittyy jälleennäkemisen iloa ja helpotusta erossaolon päättymisestä. On kuitenkin mahdollista, että perheenjäsenet kokevat myös ristiriitaisia ja negatiivisia tunteita. Tämä voi tulla kaikille yllätyksenä ja aiheuttaa jopa syyllisyyttä.

Paluun jälkeinen käänteinen kulttuurishokki voi heijastua koko perheen hyvinvointiin, sillä stressaavana tilana se vaikeuttaa kommunikaatioita ja perheen toimintoja sekä aiheuttaa tunneperäistä raskautta. Stressi kuitenkin helpottuu, kun perhe löytää uudelleen yhdessä toimimisen tavat ja arki asettuu uomiinsa. Perheen kannalta on tärkeää antaa runsaasti aikaa sopeutumiseen, sillä ulkomailla pitkään olleen paluu on kaikille uusi tilanne.

Riski operaatiossa olleen puolison sopeutumiselle ja integraatiolle takaisin perheeseen liittyy siihen, että perhe on yhden jäsenen pitkän poissaolon aikana opetellut tapoja korvata poissaolijaa. Perhe on saattanut tulla ikään kuin liian itsenäiseksi ja itseriittoiseksi, eikä palaaja ikään kuin enää mahdu uusiin arjen kuvioihin mukaan ja löydä rooliaan perheen kokonaisuudessa. Perheenjäsenten näkökulmasta stressiä voi aiheuttaa se, että poissaolon aikana perheelle kehittyneet arjen rutiinit rikkoutuvat ja tilalle on opeteltava uudet toimintatavat.

Ajan myötä muutamme kaikki, niin myös kotona ollut puoliso ja perhe. Ulkomaan tehtävistä paluun jälkeen perheenjäsenten on ehkä tarpeen tutustua toisiinsa uudelleen. Paluun jälkeen poissaollut vanhempi voi kokea pettymystä, jos lapsi on etääntynyt ja ”korvannut” hänet muilla aikuisilla, eikä hänen läsnäolonsa olekaan heti tarpeen. Lapsen kannalta on kuitenkin tärkeää, että hänellä on käytettävissään riittävästi läheisiä aikuisia oman vanhemman poissa ollessa jotta erilaiset turvan ja tuen tarpeet tulevat tyydytetyiksi. Ajan myötä vanhempi saa paikkansa takaisin päästessään mukaan arjen rytmiin.

Useimmiten paluu sujuu ongelmitta, eikä operatioaika vaikuta pysyvästi negatiivisesti perhe-elämään. Päinvastoin, operatioajan voidaan kokea jopa vahvistavan perheen yhteenkuuluvuutta. Siviilikriisinhallintatehtävissä vietetystä ajasta tulee tällöin yksi osa yhteistä elämäntapaletta ja perheen ainutlaatuisia historiaa.

Liite 1: Hyödyllisiä yhteystietoja

Kriisinhallintakeskus

Lisätietoa siviilikriisinhallinnasta, tehtäviin kouluttautumisesta ja hakeutumisesta sekä palvelussuhteen ehdoista.

www.cmcfinland.fi

Lapsiperheiden asiat

Mannerheimin Lastensuojeluliiton sivuilta löytyy kattavasti tietoa lapsiin, lapsuuteen ja kasvuun liittyen. Omaan kokonaisuutenaan on Vanhempainnetti, joka keskittyy vanhemmuuden ja kasvatuksen kysymyksiin.

www.mll.fi/vanhempainnetti

Väestöliiton palveluihin kuuluu parisuhteeseen, perheeseen ja lapseen liittyvää tukea ja neuvontaa.

www.vaestoliitto.fi

Ongelmatilanteet ja niiden hoito

Päihde-, rahapeli- ja mielenterveysongelmat

A-klinikkasäätiön sivuilta löytyy kattavia tietopaketteja erilaisista riippuvuusongelmista ja tietoa avun hakemisesta. Sivuilla on runsaasti itseapumateriaalia ja vertaistukea tarjoavia keskusteluryhmiä niin ongelmasta kärsivälle kuin läheisille.

www.a-klinikka.fi

Oma tai läheisen kriisitilanne

Suomen Mielenterveysseuran sivustoilta löytyy tietoa ja tukea erilaisten kriisitilanteiden varalle sekä mm. paikkakuntien kriisikeskusten yhteystiedot. Mielenterveysseura ylläpitää Valtakunnallista Kriisipuhelinta (puh. 010 195202).

www.mielenterveysseura.fi

Ulkomaille matkustaminen ja muutto

Kelan ohjeet koskien sosiaaliturvaa maasta- ja maahanmuuttotilanteissa.

www.kela.fi/maasta-ja-maahanmuutto

Matkustusilmoituksen voi tehdä osoitteessa:

www.matkustusilmoitus.fi/public_html?command=browse

Ulkosuomalaisen selviytymisopas on kattava tietopaketti erilaisista ongelmatilanteista, niihin varautumisesta ja niistä selviytymisestä ulkomailla asuttaessa.

www.merimieskirkko.fi/Ulkosuom_opas.pdf

Siviilikriisinhallinnan tehtävä – parhaimmillaan koko perheen yhteinen juttu

Keitä perheeseen kuuluu, säätelee sen, miten haasteelliseksi siviilikriisinhallintatyön ajanjakso muodostuu. Kahden aikuisen ihmisen perhe on siviilikriisinhallintatehtävän kannalta helpoimmin järjesteltävissä oleva kokonaisuus. Siviilikriisinhallintatehtävän luonne määrittää, voiko puoliso halutessaan lähteä mukaan. Mikäli puoliso jatkaa elämää kotona, entisessä työssään ja arjessaan, kannattaa varautua elämänpiirien erilaistumiseen. Mikäli taas puoliso lähtee mukaan, on hyvä keskustella hänen asemastaan ja siihen liittyvistä odotuksista etukäteen. Puolison työelämämahdollisuudet tai -esteet vaikuttavat itsenäisyyteen, vapauteen ja viihtymiseen.

Omassa elämässäni tällainen kahden aikuisen elämänvaihe ulkomailla alkoi neljän kuukauden kuluttua yhteisen elämän alkamisesta. Ensimmäisen kuukauden elimme eri maisissa, minä Suomessa ja puoliso työskentelymaassaan. Toisen työkuukauden alussa lähdin mukaan lähialueelle, vaikka kyse ei ollut perheen mukana olon mahdollistavasta tehtävästä. Lähialueelta yhteydenpito ja tapaamisemme onnistuisivat paremmin kuin jos olisin jäänyt Suomeen.

Matkustimme yhdessä työskentelymaahan, jossa minä jäin asumaan väliaikaiseen vuokra-asuntoon ja puoliso lähti seuraavana päivänä työtiimiinsä kanssa toiselle paikkakunnalle noin 400 kilometrin päähän. Tuohon aikaan ei ollut kännyköitä, vaan seuraava yhteydenottoajankohta ja kohtaaminen sovittiin valmiiksi etukäteen. Puolison työ jaksottui tiiviisiin 30 vuorokauden työjaksoihin, joiden välissä oli 6 vuorokauden vapaa. Minun ensimmäiseksi tehtäväkseni jäi uuden vuokra-asunnon löytäminen, johon minulla oli hyvin aikaa, sillä minulla ei ollut sillä hetkellä työtä tai opiskelua tai muita sidonnaisuuksia. Tärkeää oli luottaa omaan selviytymiseen vieraassa ympäristössä ja kokea mukaan lähtö mielekkääksi. Taloudellisesti olin täysin riippuvainen puolisosta, mikä ei haitannut käytännössä, koska meillä oli heti yhteiselämän alusta alkaen ollut sopimus yhteistaloudesta. Parisuhteen kannalta haasteellisinta olivat pitkät erossaolon ja lyhyet yhdessäolon ajat.

Parhaimmillaan puolisolle riittää tietoisuus siitä, että arki sujuu kummallakin tavanomaisesti ja kaikki tärkeät asiat kohdataan yhdessä avoimesti. Parisuhteelle on tärkeää, että merkityksettömät asiat eivät vie tilaa ja aikaa yhteisistä kohtaamisista. Me otimme käyttöön päiväkirjavihot, joihin kirjoitimme kumpikin tahoillamme päivittäiset sattumukset ja ajatuksemme. Jokaisella tapaamiskerralla vaihdoin nuo vihokirjat keskenämme lukeaksemme toisen arjesta ja ajatuksista. Nuo päiväkirjavihot olivat tärkeät meille kummallekin ja niiden avulla rakensimme parisuhdettamme, opimme tuntemaan toisemme paremmin ja tulimme tietoiseksi puolison arjessa olevista haasteista sekä tulevaisuuteen ja yhteiseen aikaan liittyvistä toiveista.

Siviilikriisinhallintatyö ja lapsiperheen arki on yhtälö, jossa on saatava samanaikaisesti toimimaan työn ja perhe-elämän yhteensovittaminen. Perhe-elämään kuuluu tavallisen perhearjen ohella parisuhde ja vanhemmuus, joiden on oltava tasapainossa. Suurin haaste muodostuu siitä, miten saavuttaa tasapaino näiden kaikkien välille. Omassa elämässäni puolison siviilikriisinhallintatyö, oma palkkatyö ja kahden alle kouluikäisen lapsen lähivanhemmuus oli ajanjakso, joka vei jaksamisen ääri rajoilleen. Puolison yhtenäisen työskentelyjakso kohdemaassa oli aina kuusi viikkoa ja niiden välissä oli kahden viikon jakso kotona. Tuo kuuden viikon jakso edellytti vanhemmuudessa 24/7 -asennetta.

Suhteessa lapsiin oli oltava kaiken aikaa valmiudessa: aikaiset aamulähdöt valmisteluneen ennen töihin menoa, päiväkotiin viennit ja haut, lasten harrastukset ja kaveritapaamiset, sairastumiset, kodinhoidolliset työt ja nukkumaan menot. Omaa aikaa löytyi vasta lasten nukkumaan menon jälkeen, yöunen pituudesta tinkien. Osa tuosta omasta ajasta kului parisuhteen ylläpitoon eli sähköpostin kirjoittamiseen työskentelymaassa olevalle puolisololle. Ystäville, sukulaisille ja omille harrastuksille ei ollut aikaa. Riittämättömyyden ja väsymyksen tunteet olivat päivittäisiä.

Puolison kotiintulo oli aina odotettu tapahtuma, mutta se haastoi täysin sen elämänmuodon, joka oli välttämätön kuuden poissaoloviikon onnistumiseksi. Puolison tultua kotiin ei minua tarvittu vanhempana lainkaan. Lapset kiinnittyivät poissaolleeeseen vanhempansa niin tiiviisti, ettei minulle ollut mitään käyttöä. Kahden viikon kotona oloa edelsi yhden viikon jakso, jolloin poissaolevaa vanhempaa odotettiin tulevaksi. Viimeinen kotonaoloviikko taas kului uuteen lähtöön valmistautumiseen, tulevan eron suremiseen. Poissaolon aikana oli löydettävä keinot välittää lasten arjen tapahtumat ulkomailla työskentelevälle puolisololle ja vastaavasti kyettävä pitämään poissa oleva vanhempi lasten mielessä niin todellisena, ettei heidän tarvitsisi kokea vieraantumista.

Kaiken kaikkiaan kuormittavuus oli niin suurta, että elämä oli järjestettävä uudella tavalla. Siirryin palkkatyöstä päätoimiseksi opiskelijaksi ja varasimme perheenä aikaa lähteä puolison työmaahan ensin kuukaudeksi ja myöhemmin neljäksi kuukaudeksi. Kuukauden perhematka puolison työmaahan oli mahdollisuus ja seikkailu. Siinä tärkeintä oli yhdesäolo, eivätkä sitä haitanneet asunnon viileys, sähkökatkokset, rikkinäiset leikkipuistot tai tuttujien ruoka-aineiden puuttuminen kaupoista. Kohokohtia olivat yhteiset siirtymätaipaleet autolla, puolison työpaikalla käynti ja paikallisiin ihmisiin tutustuminen. Matka tuntui keston puolesta lomalta, mutta se mahdollisti yhteisen ajan perheenä ja auttoi minua ja lapsia ymmärtämään, millaisessa paikassa puoliso tekee työtään.

Myöhempi, neljän kuukauden ajanjakso vaati hieman enemmän suunnittelua ja ennakovalmisteluja. Lapsille oli mahdollistettava normaalin arjen lisäksi mielekästä tekemistä ja ikäistensä seuraa. Koska päiväkotia tai leikkipuistotoimintaa ei ollut tarjolla, viikkorytmi muodostui eläintarha- ja puistokäynneistä ja muutaman tunnin kestävästä englantilaisen leikkikoulun ryhmästä. Minun roolini oli tavallinen arjesta vastaavan vanhemman rooli: lasten hoito ja heidän kanssaan harrastaminen, kaupassakäynti, ruuanlaitto, pyykinpesu. Omaa työ- tai opiskeluaikaa ei noiden neljän kuukauden aikana ollut ja sukulaisista ja ystävistä tapasimme vain niitä, jotka olivat tarpeeksi uskaliaita matkustaakseen vierailulle luoksemme. Alun raskaudesta huolimatta ajanjakso oli antoisa ja elämää rikastuttava kokemus.

Joskus kansainvälinen työ voi olla perheen kannalta hyvää normaalia arkielämää yhdessä. Tällainen ajanjakso oli meidän perheessämme reilun kahden vuoden ajan, kun puoliso työskenteli sellaisessa maassa, jossa perheen asuminen ja lasten koulunkäynti olivat mahdollisia. Tuo ajanjakso oli perusarkea parhaimmillaan: aamulla töihin ja kouluun, illaksi kaikki kotiin yhteiselle aterialle. Minulle puolisona tuo jakso oli antoisaa ja helppoa aikaa, vaikka jouduinkin hetkeksi luopumaan työnteosta ja opiskelusta.

Vuosien kuluessa puolison kansainvälisistä töistä on muodostunut perheemme elämäntapa. Jokainen päivä on erilainen, ei sen parempi tai huonompi kuin muutenkaan. Jokaisella perheenjäsenellä on omat juttunsa ja menonsa, ilonsa ja surunsa. Yhteistä aikaa vietetään lähes päivittäinen netissä eri sovellusten avulla. Lomia yritetään ajoittaa samoille ajankohdille, jotta kaikille olisi mahdollisimman paljon yhteistä aikaa. Kaikki lomat eivät ole vain loman viettoa, vaan yleensä niihin ajanjaksoihin kuuluu paljon sellaisia arkisia asioi-

ta jotka on mukavampi, järkevämpi tai kätevämpi hoitaa silloin, kun molemmat puoliset ovat paikalla.

Lapset ovat kasvaneet ja ottavat etäisyyttä. He pitävät yhteyttä vanhempiinsa kukin omalla tavallaan riippumatta siitä, onko vanhempi töissä Suomessa vai ulkomailla. Työvuosia on puolisoimme kanssa jäljellä kummallakin, ja hyvin suurella todennäköisyydellä puoliso jatkaa työntekoa kansainvälisissä tehtävissä ja itse Suomessa. Tällä hetkellä työn vuoksi erillään olo, itsenäiset elämäntyyli ja harvat yhteiset ajanjaksot eivät ole ongelma, vaan vakiintunut elämäntapa.

Kunkin perheenjäsenen on pidettävä huolta itsestään ja jaksamisestaan ja omien unelmien tavoittelusta. Samalla on tietoisesti otettava osaa toisten perheenjäsenten iloihin ja suruihin, jotta tulevaisuudessa olisi edelleen niitä yhteisiä asioita, jotka saavat meidät viihtymään toinen toistemme seurassa ja haluamaan yhdessä vietettyjä hetkiä, päiviä.

Kriisinhallintakeskus
PL 1325
70801 Kuopio
Finland